

# Trauerreisen oder Reisen ins Leben

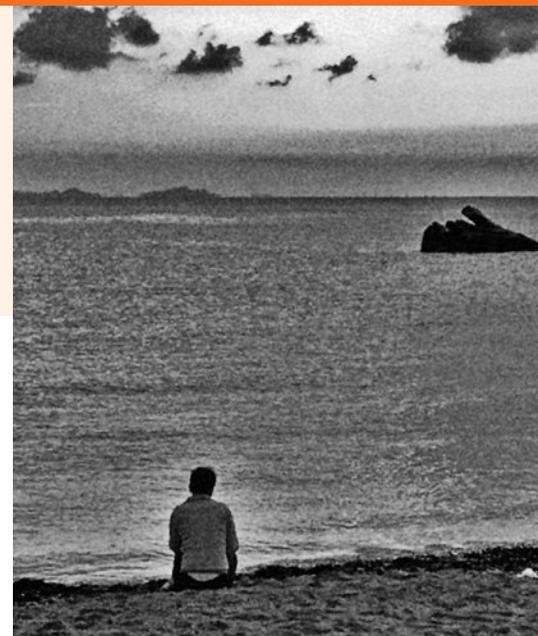
Enrico Danieli

Wir wissen – aufgrund der Dauer, der nachvollziehbaren Ursache, dem günstigen Verlauf – die Trauer von der Depression abzugrenzen, wir kennen die Stadien der Trauer und fühlen uns, da Trauer keine Krankheit ist, zum Handeln nicht gezwungen. Die Trauer ist ein Zustand, der vorübergeht – mit und ohne Therapie. Bindeglied zur Depression ist die je eigene Befindlichkeit. Traurig ist sowohl der Trauernde als auch der Depressive. Streiten liesse sich über die Annahme, dass Trauer zeitlich limitiert auftritt; Trauer unterliegt eben nicht der Zeit, sie verzehrt sich nicht, sie ist unter Umständen ein Zustand über enge Definitionen hinaus.

In seinem Tagebuch der Trauer berichtet der französische Philosoph Roland Barthes [1] über die eigene Trauer nach dem Hinschied der Mutter; so heisst es: «Was ich brauche, ist Abwesenheit von der Welt ohne Einsamkeit, ist eine massvolle Ferne.» Und weiter: «Die Trauer unterliegt nicht dem Vergehen der Zeit, weil sie nicht andauernd ist», und gutgemeinte Ratschläge wie «zerstreue dich», «lenke dich ab», «erhole Dich auf einer Reise» unterschätzten das Zerstörungspotential der Trauer, denn nichts kann mir mehr Leid zufügen als meine eigene Trauer.

Dann kennen wir die mit der Trauer verbundenen Verhaltensmuster und Zustände und Rituale. Wir kennen die Trauernden und die Trauergemeinden und die Trauergottesdienste, den Trauermarsch und die Trauerviole und die Trauerarbeit, die Trauermusik und die Trauerkleidung und das Trauerspiel und die Staatstrauer, die Trauergäste mit dem Trauerflor und die Trauerkarten. Weniger mit Trauer zu tun haben die Trauerringe unter den Fingernägeln und der Trauerfalter. Doch die Aufzählung könnte fortgeführt werden. Wir erkennen, wie sehr das Ereignis der Trauer in den Alltag hineinspielt, ihn dominiert, prägt.

Nun, was ich Sie fragen will: Kennen Sie Trauerreisen? Nicht traurige Reisen (wie es traurige Tropen gibt), sondern Reisen für Trauernde. Europas grösster Reiseveranstalter TUI bietet, speziell für Trauernde, «Reisen ins Leben» an. Ab diesem Sommer gibt es über 20 verschiedene Reisen für Trauernde. Trauerreisen, heisst es vonseiten von TUI, würden kaum ein grosses Geschäft werden, sondern seien mehr ein Nischenprodukt. Der Tod, wird argumentiert, eines engen Angehörigen ist wie eine Amputation, der Hinterbliebene muss lernen, als Amputierter neu zu leben. Und dazu braucht er Krücken. Eine professionell begleitete Reise kann eine solche sein. Wie sehen nun solche Reisen aus? Jeweils vormittags Gesprächskreise und Trauer-



arbeit, nachmittags Sightseeing und Kulturevents, abends gutes Essen und ein kleines Unterhaltungsprogramm. Dabei haben die Reisen stets ans Wasser zu führen, denn der Blick über das Meer öffnet den Horizont. Vertreiben oder anbieten sollen die Reisen Hospizvereine, Trauerbegleiter und Bestatter (und betreuende Hausärzte).

Ungewöhnlich ist, dass nicht jeder, der sich anmeldet, auch an der Reise teilnehmen darf, denn spezifische Therapien können nicht angeboten werden, so dass in einem Vorgespräch die psychische Situation geklärt werden muss. Denn bei zu frischen Wunden ist es nicht möglich, einen neuen Schritt zu wagen und über die eigenen Gefühle und Probleme zu sprechen. Die Teilnehmer von Trauerreisen berichten dabei übereinstimmend, dass es zu Beginn der Reise schwergefallen sei, über die Trauer zu sprechen, nach einigen Tagen aber habe man realisiert, dass man mit seiner Trauer nicht allein sei, und die anderen in der Gruppe ähnliche Probleme hätten. Die Reise, heisst es, habe aber mit Gewissheit mitgeholfen, das eigene Leben neu zu ordnen. Kritisiert wird einzig der Umstand, dass der Veranstalter bis zu 18 Personen auf eine Reise mitnehme, was eindeutig zu viel sei, denn zu weinen vor Zeugen sei etwas Schlimmes – doch da seien unter Umständen schon zehn Personen zu viele.

Eine Möglichkeit, um mit der Trauer besser umzugehen, bieten die Trauerreisen mit Bestimmtheit. Bewusst muss man sich aber sein, dass Trauer kein Mangel ist, sondern eine Verletzung, und dass die Trauer (wie Barthes schreibt) schwarze Todesschwingen hat. So stellt sich Barthes denn vor, dass es gelingen sollte – um das Giftige des Trauerzustandes zu entschärfen – die Trauer aus einem statischen in einen flüssigen Zustand überzuführen, mit dem man sich besser arrangieren kann. Vielleicht helfen dabei Reisen ins Leben.

Er selber allerdings wäre für eine Trauerreise nicht geeignet gewesen, denn «Warum ertrage ich es nicht, zu reisen? Wie ein verlorenes Kind will ich nach Hause ...»

1 Barthes R. Tagebuch der Trauer. München: Edition Akzente bei Hanser; 2010.

Korrespondenz:  
Dr. med. Enrico Danieli  
Via ai Colli 22  
CH-6648 Minusio  
e.b.danieli@bluwin.ch